بحث بعنوان

الضغوط الحياتية للمرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية

الباحثة

زيزي صيام ونس

دارسة ماجستير بقسم مجالات الخدمة الاجتماعية

كلية الخدمة الاجتماعية–جامعة أسوان

ملخص الدراسة:

الضغوط الحياتية للمرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية

يهدف البحث إلي التعرف على الضغوط الحياتية للمرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية، وتكونت عينة البحث من (٢٠٠) سيدة نوبية حرفية من العاملات بنقابة المهن الحرفية بأسوان، واستخدم البحث استمارة استبيان، ودليل ومقابلة، وكلاهما من إعداد الباحثة، وأظهرت نتائج البحث أن مستوى الضغوط الحياتية لدى المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية مرتفع جدًا، وجاءت الضغوط الحياتية مرتبة حسب أهميتها من وجهة نظر المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية كالتالي: الضغوط الشخصية، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الاجتماعية.

الكلمات المفتاحية:

الضغوط الحياتية، الحرف اليدوية، المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية.

Abstract:

The aim of the research was to identify the life pressures of Nubian women working in handicrafts. The research sample consisted of (200) Nubian women working in the Handicrafts Syndicate in Aswan. The research used a questionnaire, a guide and an interview, both of which were prepared by the researcher. The research results showed that the level of life pressures of Nubian women working in handicrafts is very high. Life pressures were ranked according to their importance from the point of view of Nubian women working in handicrafts as follows: personal pressures, economic pressures, and social pressures.

Key words:

Life Pressures- Handicrafts-Nubian Women Working in Handicrafts.

مقدمة البحث

لقد عرفت المرأة عبر العصور والحضارات تاريخًا حافلًا بالأحداث على جميع المستويات، وظلت تتنقل من حالٍ إلى حال، ومن وضع إلى آخر، فقد كانت في بعض الحضارات والديانات كالمسيحية واليهودية تعاني من المكانة الدونية، حيث اعتبرت علة الخطيئة وسبب الشقاء، وكانت في العصر الجاهلي تؤد وهي حية، ولم يكن لها مكانة ولا احترام إلى أن جاء الإسلام وكرمها ورد لها جميع حقوقها المغتصبة، ولكن لم تدم هذه الأيام طويلًا فقد تدخلت عوامل تاريخية، وأخرى ثقافية لتعود المرأة إلى سابق عهدها من الدونية (نافع، ٢٠١٣، ص ١٤٧).

والعمل حق وواجب وشرف تؤديه المرأة مثلها مثل الرجل، وهو وسيلة الإنسان لإشباع حاجاته الضرورية فحق الإنسان في العمل سواءً ذكر أو أنثى حق طبيعي، وهو من أكثر الحقوق التصاقًا بالحياة، وذلك لأن حق الإنسان في الحياة الكريمة لا يكتمل ما لم تتوفر لديه القدرة على كسب عيشه (سباق، ٢٠١٠، ص ٥٢٠).

والمجتمع النوبي من المجتمعات العريقة التي تظهر اهتمامًا واضحًا بالتزيين، وقد حرص على المحافظة عليها جيل بعد جيل، فتلفت النظر وتثير الإعجاب بزخارفها وطرازها وأشكالها المختلفة، فضلًا عن ذلك تتميز النوبة بظاهرة فنية فريدة فيها الكثير من الإبداع (أونسه، ٢٠١٨، ص ١).

لقد أثبتت المرأة النوبية إنها ملكة متوجة دون عرش فقد كانت دائمًا في الصفوف الأولى لخدمة مجتمعها ووطنها، وفي ظل المجتمع النوبي البسيط البعيد عن التكلف والانفراد والتفرد، ويعين أفراده بعضهم البعض في كل شيء بدءًا من النشاط اليومي إلى كل أوجه الحياة وشؤنها، في هذا المجتمع نجد المرأة النوبية هي محور الحياة فهي المسئولة عن الأبناء، ورعاية كبار السن من الآباء والأمهات، كما أنها تباشر الأرض والزراعة بجانب عملها الأساسي بالبيت، وهذه المسئوليات أكسبت المرأة النوبية خبرة ونضجًا ووعيًا بشئون الحياة، وللمرأة النوبية خصوصياتها في كل تفاصيل الحياة كالملبس والزينة والحلي التي تبرع في صناعتها؛ فهي تعكس ثقافة نوبية ضاربة في أعماق التاريخ المصري، تحكي تاريخًا وتطور وإبداعات بشر عشقوا الجمال في كل شيء (دياب، ٢٠١٥).

لا يمكن تجاهل الدور الذي تؤديه المرأة النوبية وما تقوم به من أعمال كلفت بها ووضعت في بؤرتها، بداية حرصت المرأة النوبية على أن تكون زخرفة منزلها بكل الوسائل المتاحة في البيئة، والمواد التي توفرت لديها من المهام الأولى بالرعاية والاهتمام في حياتها ثم يليها الاهتمام ببعض التفاصيل التراثية التي تتضح معالمها في سلال الخوص وأشغال الخرز وأكلمة الصوف التي تزين الأرضيات بألوان غاية في الإبداع إلى جانب لوحات جدارية يرسمونها على الحائط لتجسد حياة النوبيين اليومية النساء في النوبة إلى جانب مشاركتهن في الزراعة والحصاد يقمن بكل أعمال البيت من طهي وطحن، وقد كانوا في عصور سابقة يساعدن الصبيان في

جلب الماء من النيل، وفي وقت الفراغ ينشغلن ببعض الأعمال والحرف اليدوية كأطباق الخوص والأبراش والطواقي المزخرفة أو يخيطن الثياب يَدَوِيًّا (دياب، ٢٠١٥، ص ٣).

وبناءً على ما سبق فإن المرأة النوبية، وخاصة العاملة بالحرف اليدوية مثلها مثل أي امرأة عاملة تواجه مجموعة من الضغوط أثناء عملها سواءً اقتصادية أو نفسية أو اجتماعية أو أسرية، وذلك لأن عملها غير دائم؛ بل ينشط فترات من العام، ويكون في حالة من الركود خلال أشهر أخرى معينة، فيصبح مصدر دخلها قد انتهى؛ مما يسبب لها ضغوط متعددة نتيجة شعورها بالتقصير تجاه أسرتها أو من تعولهم، خاصة إن كانت هي مصدر الدخل الوحيد والمعيل لتلك الأسرة.

ورغم أن التحاق المرأة بالعمل ومساعدة أفراد أسرتها وتحقيق ذاتها إلا إن المشكلات التي تعانيها جراء خروجها للعمل عديدة، وتختلف درجة شدة هذه المتاعب التي تواجهها من قطاع لأخر، وحسب نوع العمل والجهد (بومدين، ٢٠١٧، ص ٥).

أولاً: ماهية عمل المرأة

أ- مفهوم العمل

العمل لغةً: هو مصدر مأخوذ من عمل يعمل عملا المهنة والفعل، وعمل المرأة هي تلك الجهود البدنية والفكرية التي تبذلها المرأة في الميدان العملي لتحقيق منفعة(عطية، ٢٠١٢، ص ١١).

والعمل اصطلاح: هو الجهد الذي يبذله الإنسان سواءً كان عقليًا أو عضليًا بمعنى استخدام الفرد لقواه المختلفة من أجل تحقيق منفعة.

ويعرف العمل الاقتصادي: بأنه النشاط الذي يبذله الإنسان عن وعي وقصد من أجل الحصول على منفعة اقتصادية، أي أنه يؤدي إلى إنتاج الأشياء التي تشبع الحاجات البشرية أو الأشياء التي لها قيمة استعمالية.

ب- مفهوم المرأة العاملة

وهي المرأة التي تعمل خارج البيت وتحصل على أجر مادي مقابل عملها، وهي التي تقوم بدورين أساسيين في الحياة دور مربية في البيت ودور كموظفة في وسط عمل (توفيق، ٢٠١٦، ص ٦٥).

ثانياً: لمحة عن عمل المرأة في المجتمع النوبي

أصبحت المرأة النوبية في الحياة اليومية تتمتع بقدر كبير من السلطة والسيادة، وهي السلطة التي استمدتها من النظام الأمومي، الذي كان يتميز به المجتمع النوبي من قبل حيث تقلدت أهم الأدوار التربوية، الذي يشيد بها كلا من النوبيين أنفسهم والباحثون المتخصصون في دراسات النوبة القديمة وأوضاعها الثقافية والتربوية، حيث ظلت المرأة النوبية لقرون عديدة ترعى البناء الثقافي والنسق القيمي المتميز عن طريق غرس تلك العناصر الثقافية من خلال دورها كمربية داخل البيت تلقن الأطفال قواعد اللهجة (محمود، ٢٠١١).

والمرأة النوبية في المجتمع النوبي البسيط البعيد عن التكلف هي محور الحياة والمسئولة عن رعاية الأبناء، والوصية على الآباء والأمهات من كبار السن، كما أنها تباشر الأرض والزراعة كل ذلك بجانب مسئولياتها تجاه البيت وخدمته، وقد أكسبت هذه المسئوليات المرأة النوبية خبرة وتجربة ووعيًا بشئون الحياة (دياب، ٢٠١٥).

ومن أهم الأعمال التي برعت فيها المرأة النوبية صناعة العطور، حيث تقوم بصنع أفضل أنواع العطور معتمدة في ذلك على خشب الصندل وكانت تجهز هذه العطور للعرائس ولاستعمالها الشخصي (حجازي، ٢٠١٣).

وكما برعت المرأة النوبية في صناعة المشغولات والحرف اليدوية وكانت الشغل الشاغل لها، حيث كانت تعبر عن موروثها الثقافي والاجتماعي، الذي عملت على الحفاظ عليه، وحرصت على أن تكون زخرفة بيتها وتزيين جدران منزلها بكل الوسائل المتاحة في البيئة من ألوان ومواد توفرت لديها من المهام الأولى، والأولى بالرعاية في حياتها (دياب، ٢٠١٥، ص ٤٢٣).

ولا تنس اليد النوبية الإبداع في حلي العنق "قلادة البيق" وهي تشبه الكردان إلى حد ما، وعليها رسوم وزخارف بارزة لأهله كان يصنع من الذهب عيار ٢١، وأيضًا برعت المرأة النوبية في صناعة الخلخال المصنوع من الفضة (الحرفي، ٢٠٠٩).

والمرأة النوبية لها دور بارز تؤديه في كافة المجالات، وفي مختلف نواحي الحياة، خاصة من الناحية الثقافية؛ لكونها تُعد بمثابة العامل الأساسي في صون كافة الموروثات التقليدية المتوارثة، التي تنتقل تباعًا للأجيال المتعاقبة عبر الزمان والمكان (حواس، ٢٠١٠، ص ٦).

والمرأة الأفريقية بشكل عام والنوبية بشكل خاص، نالت منذ أقدم العصور التاريخية مكانة اجتماعية خاصة رفيعة المستوى شهد لها التاريخ، ودون ذلك عبر صفحاته، وهي منزلة عظيمة الشأن توضح مدى أصالة وعمق وعراقة المرأة المصرية القديمة (حسن، ٢٠١٢، ص ٥١٠).

وهناك العديد من الشواهد والدلائل التي تشير بوضوح تام عن مكانة تلك المرأة، التي ربما لم تحظى بها غيرها من أي حضارة من حضارات العالم القديم مثلما شهدت ذلك في أحضان الحضارة المصرية القديمة؛ فإن دلت هذه المكانة على شيء إنما تدل صراحة على أن هذه المرأة قد حظيت بقدر عظيم الشأن من الاحترام الشديد لكرامتها الإنسانية (رزيق، ٢٠٠٦، ص ٤٧٤).

هنا نجد إن المرأة النوبية عشقت العمل منذ القدم والتاريخ حفظ كرامتها، حيث عملت كملكة وراعية وحامية ومبدعة في حرفها اليدوية التراثية وحامية لتراثها من الاندثار، فهي حقا ملكة متوجة دون عرش؛ لذا قد تم

اختيار الثاني والعشرين من سبتمبر من كل عام يومًا عالميًا للمرأة النوبية والاحتفال بها، وان كانت المرأة نصف المجتمع فهي كل المجتمع في النوبة.

والمرأة باعتبارها جزءًا مهمًا في المجتمع فقد انعكست التغيرات التاريخية والسياسية على وضعيتها، وعلى جملة أدوارها المنوطة بها، فبعد ما كانت أدوارها كأم وزوجة وربة منزل أصبح لها دور أخر، وهو مزاولتها العمل خارج بيتها، الذي تتقاضي مقابله أجر معين، وباعتبار أن العمل واجب على الفرد ليحقق متطلبات المعيشة البسيطة؛ لكن نجد أن خروج المرأة للعمل أبرز من خروج الرجل باعتبار أنه من الطبيعي على الرجل العمل، لكن نجد أن هناك عدة دوافع جعلت المرأة تخرج إلى العمل (بوزيد، ٢٠١٤، ص ٢٧).

ثالثاً: دوافع خروج المرأة للعمل كالتالي:

تختلف عمل المرأة من بلد لأخر ومن دولة متقدمة لدولة نامية، ولكن الدافع الأول هو رفع مستوى عائلتها على اعتبار أنها هي السبب الأول لرفع مستوى أسرتها، وتكون هذه الدوافع كالتالي:(Krishna, 2019)

١- تطوير وتحسين الوضع المعيشي للمرأة وأسرتها، إذ أن عمل المرأة يؤدي إلى زيادة دخل الأسرة عامة، ويوفر للأبناء مزيدًا من الرفاهية؛ فيتحسن مستوى تعليمهم، ولا يشكل العبء المادي حاجزًا أمام تعليم الأبناء.

٢- المساهمة في تنمية المجتمع مع الرجل، فالمجتمع لا يكتمل إلا بتعاون الأطراف جميعها مع بعضها، فلكل طرف أهميته في التطوير والحفاظ على المجتمع.

٣- تحقيق طموح المرأة في حصولها على قيمة اجتماعية رائعة ومرموقة، حيث إن المرأة أصبحت تحتل مناصب مهمة مثل الرجل.

٤- تحقيق الذات وإثباتها من خلال العمل، فمن خلال العمل تستقل المرأة ذاتيًا وتقوى شخصيتها، وتصبح مستقلة ماديًا؛ مما يجعلها ذلك الأمر أكثر قوة وثباتًا.

٥- الرفاهية الاجتماعية، وذلك من خلال تشكيل علاقات اجتماعية مع غيرها من النساء العاملات في المجتمع.

٦- الاستقلالية المادية عن الزوج والأهل فلا تبقى المرأة معتمدة على زوجها أو أهلها في مصروفها الشخصي لسد احتياجاتها الشخصية.

رابعاً: لمحة عن المجتمع النوبي والحرف التقليدية النوبية

يطلق اسم بلاد النوبة في الوقت الحاضر على البلاد الواقعة بين الشلال الأول والشلال الرابع، وفي العصور القديمة أطلق هذا الاسم على البلاد الواقعة من الشلال الأول شمالًا إلى تخوم الحبشة جنوبًا، إذا فإن النوبيين هم سكان النيل، وهم بناة الحضارة التي ازدهرت على ضفاف النيل السوداني منذ ألاف السنين، وتاريخهم هو

تاريخ هذه البلاد، وقد عرفت بلاد النوبة في التاريخ ببلاد كوش، وكوش هو الجد الأعلى للنوبيين وأخو مصرايم الجد الأعلى للمصريين، وكلاهما من حام بن نوح، وأثيوبيا هو الاسم الذي أطلقه اليونان على بلاد النوبة وما جاورها من بلدان، ومعناها الوجه الأسود، والنوبة مشتقة من كلمة "نوب" وهو الذهب، وقد أختلف في أصل النوبة فمنهم من قال أنهم نشئوا في أفريقيا، ومنهم من قال أنهم نزحوا إليها من أسيا عن طريق البحر الأحمر، وكل وجهة له دليل يستند عليه (علي، ٢٠٠٨، ص ص ٢-٨).

أ- النساء والصناعات التقليدية النوبية

إن الحرف اليدوية والصناعات التقليدية جزءًا لا يتجزأ من التراث الشعبي، وهي تشكل أهم النشاطات الأساسية لدى المجتمع الإنساني، ولها صلة كبيرة بتاريخ الشعوب وحضارته وثقافته، فهي مهارات موروثة تناقلها الأجيال من جيل إلى جيل مكونا تراثًا شعبيًا حيًا، ولها أصالة مميزة تتسم بالصفة الابتكارية (سالم، ٢٠١٥، ص ٣٢).

ومن هنا فإن الحرف التقليدية النوبية تمثل التالي: (دعبس، ٢٠١٠، ص ص ١١٥-١١٦).

الحرف التقليدية النوبية هي وليدة البيئة المحلية والظروف الجغرافية للمكان، ولها تفردها وخصوصيتها بين الحرف المتشابهة والتي تعتمد على ذات الخامة داخل الاطار العام للبيئة المصرية، حيث انتشرت أشغال التطريز والحياكة بين الفتيات في القرى المختلفة مع وجود درجة اختلافها من قرية إلى أخرى، فهي تنتشر في قرى النوبة والكنوز، حيث تقل بين فتيات العرب لعدم سماح العرب لفتياتهم بالذهاب إلى المشغل بالوحدة المحلية في قرية المالكي للتدريب، حيث أنشأت جمعيات الإصلاح الاجتماعي في كل قرية مشغل لتعليم الفتيات تحت إشراف الوحدات الاجتماعية للقرى، ومنها فقد بدأت بعض الفتيات في حياكة الملابس للسيدات والرجال؛ مما حقق لهن بعضا من المكسب، وهناك بعض الحرف اليدوية التي تؤديها النساء وكانت تمارسها أيضا في النوبة الأصلية، وهى صناعة الحصير "الأبراش" والأطباق الخوص المصنوعة من سعف النخيل، وصوامع الغلال والأفران المصنوعة من طمي النيل بغرض الاستعمال المنزلي والسوق، وكانت النساء المتقدمات في السن تدربن الفتيات في صنع الأبرشة والأطباق الخوص، ومما تحتاج إليه في منزلها بعد الزواج، ولم تكن الحرف النوبية مصدرا للدخل في النوبة الأصلية، فقد كانت النساء تصنعها عند الحاجة إليها للاستعمال المنزلي؛ مما يجعل هذا المصدر قليل الأهمية.

هذا على عكس الحال، ففي وقتنا الحالي تعتبر الحرف اليدوية من أهم مصادر الدخل لدى السيدات في النوبة؛ بسبب انتشار النشاط السياحي على أوسع نطاق، وكثرة أعداد الباحثين والمهتمين بالتراث النوبي، فحيث تعتبر أهم عامل من عوامل الجذب السياحي وتنشيط الجانب الاقتصادي.

ب- أساليب تعليم الفتيات الحرف التقليدية في النوبة وكيفية اكتسابهن الخبرة

تتم عملية تعليم الفتيات الحرف في النوبة في سن السابعة، وذلك من خلال كبار السن من سيدات القرية أو من خلال الأم أو ما يكبرهم من أخوات، أي دون اللجوء إلى عملية تعليمية فهي خبرة مكتسبة تتوارثها الفتيات، فلا تقتصر اكتساب هذه الخبرة علي كيفية الاستخدام الأمثل للأدوات؛ بل تمتد إلى مشاركة والدتها في العمل لتتعرف الفتاة على الأساليب والطرق الصناعية للمنتج، حيث تتعلم من خلالها الأشكال والأنماط المتوارثة والمتداولة ومدلولها، فعندما تبدأ الفتاة في إنتاج طبق تختار مقدما أسمًا له، مثل "رقصة موج البحر"، رقصة الجمل، قصر سالم" الخ، وبناءً عليه يتم التنفيذ وفق أسلوب صناعي، ورغم ذلك كان متاح للفتيات التغيير والتعديل بين التصميمات المختلفة على حسب أذواقهن (دعبس، ٢٠١٠، ص ١٢٤).

ج- أنواع المشغولات والحرف التقليدية التي برعت فيها المرأة النوبية

تنوعت وتعددت المشغولات التي برعت فيها السيدات في المجتمع النوبي، وأتقنوا هذه الأعمال بدقة وحرفية عالية، ومن هذه الأعمال سوف نعطي لمحة عن بعض منها، كما يشتهر بها المجتمع النوبي:

١- الشعاليب أو الشعاليق

عبارة عن أربع مجموعات من الخيوط الصوف المجدولة تعلق على عوارض السقف وتحمل إناء من الصيني، وتحلي الخيوط المتدلية منه بمجموعة من القواقع والأصداف، وتتعدد أشكال وأطوال الشعلوب والأطباق الخوصية التي تعلق بها، كما أن هناك شعاليب يستخدم فيها القواقع بكثرة وأحيانا تقل في البعض الأخر (أسعد ومحمد، ٢٠٠٤، ص ٧٢٩).

٢- "الشوير – الكرج – الوليل"

من الحرف التي تميزت المرأة النوبية في صناعتها هو الطبق النوبي، ويصنع من سعف النخل أو الخيوط الملونة برسومات تراثية نوبية، ويستخدم في تغطية الطعام، وأيضًا في تزيين جدران البيت النوبية، ويوجد منه أحجام مختلفة، كما يستخدم أيضًا في وضع الأكواب عليه فهو له استخدامات عديدة (صلاح، ٢٠٢٢).

ويمكن تصنيف هذه الصناعات إلى: (سعيد، ٢٠٢٢)

١- صناعة الخوص

تعتبر صناعة الخوص من الصناعات اليدوية التي تشتهر بها النوبة، وهي عبارة عن أوراق النخيل التي تجدل مع بعضها بعض بطريقة تضيق أو تتسع حسب نوعية المنتج ومشغولات الخوص التي تقوم بها السيدات غالبًا، وتقوم بوضع الألوان الزاهية عليها لتضيف الشكل الجمالي لها، ويتم تناقل هذه المهنة بالوراثة، حيث تحرص الأم على تلقين ابنتها أول الحرفة.

٢- صناعة النول

تعتبر صناعة النول من أشهر الأنشطة اليدوية التي يقوم بها شعب النوبة، ويستخدم لصنع الشال والقماش والملابس النوبية، والنول عبارة عن آلة تدار يدويًا، وهي من الآلات التي استخدمها قدماء المصريون.

٣- الملابس النوبية

تشتهر السيدة النوبية بارتداء نوع من الملابس النوبية، وهو توب يطلق عليه اسم "الجرجار" وهي عبارة عن جلباب أسود خفيف من قماش مخرم به كسرات عديدة يتم ارتدائها فوق جلابية ملونة، ويشتهر الرجال بارتداء الطواقي الملونة، حيث إنها أصبحت أشهر الصناعات اليدوية للسيدات في النوبة، التي يأتي لها السائحين.

٤- صناعة العطور والحنة والحلي

تشتهر أيضا النوبة، وخاصة السيدات بصناعة العطور، بالإضافة إلى الحنة النوبية، التي تتميز عن غيرها، وتشتهر السيدات في النوبة بعمل المشغولات اليدوية الخاصة بالحلي والإكسسوارات التي تحمل الثقافة النوبية.

خامساً: ماهية الضغوط الحياتية

يعرف الضغط بشكل عام على أنه ادراك الفرد عدم قدرته على إحداث استجابة مناسبة أو مهام، ويصاحب هذا الأدراك انفعالات سلبية كالغضب والقلق والاكتئاب وتغيرات فسيولوجية كرد فعل تنبيهي للضغوط التي يتعرض لها الفرد (عطية، ٢٠١٠، ص ٩٨).

والضغوط مجموعة من المواقف المهددة التي يتعرض لها الفرد، ويستجيب لها عبر تغيرات فسيولوجية ومعرفية سلوكية تكشف عن عدم قدرة الفرد على الموائمة بين ما لديه من إمكانات وبين ما تتطلبه البيئة المحيطة من أفعال (شحاته وآخرون، ٢٠٠٣، ص ٢٠٨).

سادساً: الضغوط الحياتية التي تواجه المرأة العاملة

وبالرغم من أن عمل المرأة خارج البيت يكسبها الشعور بالرضا والاطمئنان والثقة بالنفس ويتيح لها الاختلاط مع الآخرين، واكتساب خبرات ومهارات؛ تجعلها قادرة على تحمل مسئولياتها، كما يقضي على مشكلات وقت الفراغ التي تعانيها ربات البيوت، كما يدفعها إلى تنظيم وقتها (بلان، ٢٠١٢، ص ٢٢).

كما أن حياة المرأة أصبحت منذ التحاقها بالعمل مليئة بالضغوط بسبب تعدد أدوارها؛ مما يشتت عزائمها بين مستلزمات بيتها وحياتها الزوجية ومسئولياتها المهنية من ناحية؛ مما يثقل كاهلها ويجعلها عرضة لأمراض جسمية وذهنية خطيرة وهذا يؤدي بدوره إلى تغير سلوكياتها على مستوى الأسرة والعمل (وحيد، ٢٠١٨، ص ص ٨٤-٩٢).

ومن هذا المنطلق يمكن القول بأن المرأة العاملة تواجه العديد من الضغوط الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والصحية والتي تحاول الباحثة توضيحها فيما يلي:

١- الضغوط الاقتصادية:

إن ارتفاع تكاليف الحياة تقلق كثير من الأفراد وعدم كفاية ما لديهم من أموال لشراء مستلزماتهم، واستمرار الزيادة في الأسعار، وصعوبة الحصول على تلك الخدمات يضعف قوة الأفراد، ويؤدى إلى الخوف من التوقف عن العمل والعجز، وبقاء الأفراد على حالة مادية جيدة تدفعهم إلى الحصول على عمل إضافي، ولكن ذلك يضعف من قوة الفرد وطاقته، ويظهر ذلك في الانفعالات العصبية والتوتر الذي يظهر لدى الفرد، ومن هنا فإن المشكلات الاقتصادية تسبب ضغوطًا للمرأة العاملة (إسماعيل، ٢٠٠٤، ص ٧٠).

وبتطبيق ذلك على الضغوط الاقتصادية التي تعاني منها المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية؛ فنجد إنها نتيجة لممارستها العمل بالحرف اليدوية خارج البيت لتغطي تكاليف ومتطلبات أسرتها ومساعدة زوجها؛ نظرًا لأن أغلب الأزواج يعملون بالمجال السياحي، الذي يتعرض للركود أوقات معينة من السنة لتكون يد العون لزوجها في الإنفاق على أسرتها، فتظل فترات طويلة خارج البيت؛ مما يعرضها لضغوطات كثيرة من أجل تحسين مستوى معيشة الأسرة، فتكون دائمة القلق والتوتر حتى تضمن لهم حياة كريمة.

٢- الضغوط الاجتماعية:

إن عمل المرأة له تأثير عليها من جانبين، فهو يساهم في تطوير شخصيتها ويساعدها على القيام بدور إيجابي وتنشيطًا للمساهمة في تطوير المجتمع، ومن ناحية آخري يعتبر العمل مسببًا للقلق؛ مما ينتج عنه ظهور بعض الاضطرابات الداخلية عند المرأة، فالمرأة عن طريق العمل الذي يمنحها القوة تعوض ما أصابها من نقص خلال مراحل نموها (عبد الناصر، ٢٠١٤، ص ٢١٦).

كما أن عمل المرأة أثر على وضعها النسبي في المجتمع حيث أعطاها نمطًا من الاستقلال والحرية (الخولي، ٢٠٠٦، ص١٠).

إن المرأة النوبية تخرج للعمل لإثبات وإبراز شخصيتها، تكون فردًا فعالًا في المجتمع، ومن خلال العمل بالحرف اليدوية تستطيع أن تحافظ على تراثها وترتقى بمجتمعها، لكن عادات وتقاليد المجتمع النوبي الضيق لا تسمح لها بالوصول لكل هذه الطموحات؛ مما يستلزم منها التعايش على حسب ووفق تلك العادات، فيكون هناك عائق أمام تقدمها وإثبات ذاتها، فتقع في دائرة التوتر والاضطرابات، ومن هنا فإن ظروف المجتمع يكون السبب الأكبر في تسبب ضغوطًا اجتماعية للمرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية.

٣- الضغوط النفسية

لخروج المرأة للعمل آثار نفسية سلبية تتكون نتيجة عدم الاهتمام لتوفير الظروف المناسبة للمرأة لأداء دورها الوظيفي، بالإضافة إلى التعب والإرهاق النفسي الذي ينعكس على أداء دورها كأم وزوجة، ويترتب على ذلك

إهمال الأبناء وتربيتهم وفقدانهم الشعور بالحنان؛ بل شعورهم بالقلق والاضطرابات النفسية (عبد المعز، ٣٦٧).

وبتطبيق ذلك على الضغوط النفسية التي تواجه المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية نجد أن المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية تكون في صراع دائم وتفكير في المستقبل وكيف يمكن لها أن توفر قوت يومها ومن تعولهم خاصة في فترات ركود المواسم السياحية وفترات مشاركتها بالمعارض فيتسبب لها نوع من الإرهاق النفسي.

سابعاً: مصادر الضغوط الحياتية:

تتعدد وجهات نظر الاجتماعيين وعلماء النفس حول مصادر شعور الفرد بالضغط النفسي، فالفرد عادة ما يتعرض في حياته اليومية لأنواع عديدة من الضغوط بعضها بيولوجي والأخر نفسي وبعضها اجتماعي، ويمكن تصنيفها كالتالي (نصر، ٢٠١٣، ٣٠٨٤).

أ- **مصادر داخلية:** هي تمثل معتقدات وأفكار وانفعالات الفرد، وما يمر به من أحداث، وتشمل الإصابة بالأمراض والشعور بالوحدة والآلام الجسمية.

ب- **مصادر خارجية:** هي الأحداث الخارجية وأثارها لنمو مشاعر الضغط النفسي، وتشمل (المشاكل المالية والطلاق ومشاكل العمل).

ج- **مصادر داخلية وخارجية معًا:** وفيه تتفاعل الأحداث الداخلية والخارجية معًا في إحداث الشعور بالضغط النفسي.

ثامناً: أعراض الضغوط الحياتية

حدد عماد الدين نصير أعرض الضغوط الحياتية كالتالي: (نصير، ٢٠٠٨، ص ص ٣٧-٣٨)

١- **الأعراض الجسمية:** الشعور بالتعب والإرهاق والإصابة بنزلات البرد، كذلك العرضة للحوادث.

٢- **الأعراض الاجتماعية:** تتمثل في الشعور بالوحدة والانعزال، وظهور اتجاهات التكتم والتزام الصمت، والانسحاب من العلاقات الأسرية.

٣- **الأعراض النفسية:** تتمثل في الشعور بالقلق والإحباط، التوتر والأرق، تبلد الإحساس، الإحساس بالفراغ وضعف التركيز، التشاؤم وفقدان الأمل.

٤- **الأعراض الروحانية:** تتمثل في الشعور بالفراغ المعنوي، والشك، وعدم التسامح، الاتجاه لعالم السحر، والاتجاه للمذاهب المتطرفة (Hessen, Margie and Olpin, Michael, 2010, P. 12).

تاسعاً: مستقبل المشروعات الصغيرة وتسويقها داخل المجتمع النوبي

وفيما يتعلق بمستقبل الصناعات التقليدية فيتمثل في دور الحكومة المصرية للترويج والتسويق الجيد لها حيث وجه الرئيس أثناء زيارته للنوبة وافتتاحه أحد المعارض بمنطقة المسرح الرومانب بأسوان الجديدة حيث كلف بمشاركة أصحاب الحرف التقليدية من أبناء أسوان بالمعرض الحرفي بالعاصمة الإدارية الجديدة لمدة عامين ؛ وهذا يساعد علي التسويق الجيد لهذه المنتجات وزيادة عدد المقبلين علي شراؤها كما كانت هناك مبادرة من السيد الرئيس علي شراء مجموعة من هذه الحرف لإهدائها لأصدقائه كنوع من التسويق لهذه المنتجات النوبية التراثية كما أكد الكثير من أهالي القري النوبية بضرورة وجود نوادي تدريبية لهذه الحرف لضمان وجودها أمد الضهر والحفاظ عليها من الاندثار وحاليا يتم الحفاظ عليها عن طريق تصنيعها في مختلف القري النوبية وبيعها بالقري السياحية في النوبة وذلك يعمل علي تسويق المنتجات بشكل أكبر .

عاشراً: أهم المشكلات التي تواجهها المرأة النوبية العاملة بالحرف اليدوية

المشكلات التي تواجهها المرأة النوبية العاملة تختلف اختلافًا كبيرًا عن ما تواجهه المرأة في أي مجتمع آخر، حيث تتمثل هذه المشكلات في التالي:

تواجه المرأة العاملة في المجتمع النوبي مشكلة القومية في المؤسسات الحكومية، وعدم الاعتراف بقيادة المرأة في المجتمع النوبي وعدم إشراكها في قضايا النوبة، وأيضا الأسر التي تجد عائلها امرأة لأسباب متعددة، مثل وفاة الزوج أو مرضه أو سفره لكسب قوته خارج البلاد، وأيضا الأسر التي كانت تعتمد اعتماد كلي على السياحة، حيث تصبح في ركود تام في أوقات كثيرة لأسباب سياسية ليس لأحد يد فيها، فهذه الأسر تكثر فيها المشكلات، وتتحمل المرأة عبئًا كبيرًا وضغطًا نفسيًا، حتى تساهم بمساعدة زوجها والأسرة بالعمل في أي حرفة تجيدها، كما أنها تواجه المشقة في الذهاب والعودة من العمل في القرى التي لا يتوفر فيها وسائل المواصلات بشكل ميسر(حميدة عمر، ٢٠١٥).

وأيضا من أهم المشكلات التي تواجه المرأة النوبية العاملة العادات والتقاليد، التي تحكم المجتمع النوبي على اعتبار أنه مجتمع قبلي، والتي من أهمها أن تلزم المرأة بيتها وتتفرغ لمراعاة بيتها وأولادها، وعلى هذا الأساس يكون التعامل معها في كل قطاعات العمل المشتركة حذرًا وذو حساسية، ولكن الآن تخطت المرأة النوبية مراحل الحذر والتخوف وخرجت لميادين العمل والمشاركة، حتى تثبت قدرتها على التحمل وتقديم حلول لقضايا مجتمعها(حميدة عمر، ٢٠١٥).

مراجع البحث

إسماعيل، بشري (٢٠٠٤). *ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

أسعد، أمال حمدي ومحمد، دعاء أحمد (٢٠٠٤). دراسة تحليلية للمشغولات الشعبية النوبية القائمة على قواقع المياه العذبة، *مجلة كلية التربية الفنية، ٢٧* (٦)، كلية التربية الفنية، جامعة المنيا.

الحوفي، نشوى (٢٠٠٩). *حلي المرأة النوبية زينة أسطورية لنساء يشبهن الأساطير*.

الخولي، سناء (٢٠٠٦). الأسرة والحياة العائلية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

أونسه، رؤي أحمد حسن (٢٠١٨). توظيف الخزف في صنع حلي مستوحاه من التراث النوبي، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

بومدين عاجب (٢٠١٧). الآثار الأسرية والاجتماعية المترتبة علي عمل المرأة خارج البيت، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، الجزائر، جامعة وهران.

بن بوزيد، نسرين خوله (٢٠١٤). مشكلات المرأة العاملة وتأثيرها على الأداء الوظيفي، *رسالة ماجستير غير منشورة*، الجزائر، أم البواقي، جامعة العربي بن مهيدي، كلية العلوم الاجتماعية.

توفيق، هداية (٢٠١٦). *عمل المرأة خارج البيت وأثره في الحياة الزوجية*، (ط٣)، القاهرة، الأمام الشافعي للطباعة.

حجازي، مي (٢٠١٣). التراث النوبي.

حسن، سليم (٢٠١٢). تاريخ السودان المقارن إلى أوائل عهد بيعنخي، القاهرة، مؤسسة حمزاوي للتعليم والثقافة.

دعبس، يسري (٢٠١٠). الصناعات التقليدية والجذب السياحي في حوض البحر المتوسط، الإسكندرية، البيطاش سنتر للنشر والتوزيع.

دياب، أميرة (٢٠١٥). *المرأة النوبية والخصوصية الثقافية*.

رزيق، برهان خليل (٢٠٠٦). *الكرامة الإنسانية*، دمشق، وزارة الإعلام السورية.

سالم، أمينة عبد الله (٢٠١٥): أثر السياحة في تطوير بعض الحرف والصناعات التقليدية، *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة حلوان، كلية الآداب.

سباق، الحسن محمد (٢٠١٠). حق المرأة في المواثيق الدولية والدساتير الوطنية وتشريعات العمل، *المؤتمر الدولي لحقوق المرأة في مصر والدول العربية*، جامعة الإسكندرية، كلية الحقوق.

سعيد، هويدا (٢٠٢٢). تزامنا مع ديارنا...أبرز صناعات الحرف اليدوية النوبية، *مقال منشور في جريدة الدستور*، القاهرة، جريدة الدستور.

www.Dostor.Org

شحاته، حسن و النجار، زينب و عمار، حامد (٢٠٠٣). *معجم المصطلحات التربوية والنفسية*، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية.

عبد الحميد حواس (٢٠١١). المادي وغير المادي في الثقافة الشعبية "رؤية عربية"، *مجلة أفاق "سلسلة الثقافة الشعبية*، (٩)، البحرين، المنامة.

عبد الله صلاح (٢٠٢٢). السر عند أهل النوبة...المشغولات اليدوية تحكي تاريخ مصر القديمة، مقال منشور في جريدة اليوم السابع، (القاهرة، جريدة اليوم السابع) www. Youm7.Com

عبد المعز، سحر أحمد (٢٠١٩). أدوار الممارس العام في الخدمة الاجتماعية في التخفيف من الضغوط الحياتية للمرأة العاملة، *المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية*، ١٠(١)، جامعة أسيوط، كلية الخدمة الاجتماعية.

عبد الناصر، رشا (٢٠١٤). الضغوط الحياتية للأمهات الحاضنات وأساليب مواجهتها، *مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية*، ١ (٣٧)، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

عطية، أبو عمر عثمان (٢٠١٢). *عمل المرأة وتعليمها*، الإسكندرية، دار القمة.

عطية، محمود (٢٠١٠). *ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

علي، سامي جمعة (٢٠٠٨). *مختصر تاريخ النوبة وتعريف بلغتها*، القاهرة، دار العلوم للنشر والتوزيع.

عماد الدين نصير (٢٠٠٨). ضغوط الحياة، القاهرة، دار المعرفة الجامعية.

عمر، حميدة (٢٠١٥). *المرأة النوبية*، مقال منشور في جريدة صوت النوبة، (٢٢).

كمال يوسف بلان (٢٠١٢). السمات الشخصية لدى المرأة في ضوء بعض المتغيرات "دراسة ميدانية مقارنة لدى عينة من النساء العاملات وغير العاملات في محافظتي دمشق وحمص"، *مجلة جامعة دمشق*، ٢٨ (١)، جامعة دمشق، كلية التربية.

محمود، راندا غريب (٢٠١١). الثقافة الوافدة وأثره على تنمية السلوك الإيجابي للمرأة النوبية نحو البيئة، *رسالة دكتوراه غير منشورة*، معهد البحوث والدراسات البيئية.

نافع، نوارة (٢٠١٣). مكانة المرأة في المجتمع الجزائري، *مجلة مركز البصيرة للبحوث والاستشارات التعليمية*، (١١)، الجزائر، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات التعليمية.

نصر، أحمد محمد (٢٠١٣): ممارسة نموذج الحياة في خدمة الفرد لتخفيف الضغوط الأسرية لأمهات الأطفال المتوحدين، *مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية*، ١٨ (٣٥)، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

وحيد، دروات (٢٠١٨). المرأة العاملة بين ضغوط الوظيفة ومتطلبات الحياة الأسرية "رؤية نقدية"، *مجلة أفاق للعلوم*، ٣ (٢).

Demartini, P. (2019). Why and How Women in Business Can Make Innovations in Light of the Sustainable Development Goals. *Administrative Sciences*, *9*(3), 64. http//: www.Soutelnoba.Com

Hessen, M. & Olpin, M. (2010*). Stress Life Management*, 2nd Yolanda Cossio, United State of America.

Krishna, R. (3019). *Reason Why Women Should WorK.* Retrieved. www. Wisestep.Com

Lott, Y., & Abendroth, A. (2019). *Reasons for not working from home in an ideal worker culture: why women perceive more cultural barriers* (No. 211). WSI Working Paper.

.http: //Almasry Alyoum.Com

http: //Mai Hegazy.Blogspot.Com.

.http: //Masrya News.Com